

# REFLEXOLOGIE

door Katy Dreyfuss

Het klinkt misschien als magie, maar het is oude wijsheid die bij reflexologie wordt gebruikt: de toepassing van druk op bepaalde punten die zorgt voor een helend effect op corresponderende organen, klieren, spieren en botten. Mensen passen al duizenden jaren gezicht en oogleestheorieën en reflexologietechnieken toe. Hoewel een complete studie over reflexologie jaren zou duren, kan de basis ervan in enkele minuten worden geleerd. Gebruik de reflexologie kaarten om te begijnen met het helen van uzelf en uw vrienden.

## Hoe werkt Reflexologie?

Volgens een basisprincipe van de reflexologie die 'zone theorie' heet, stroomt de energie door 10 verticale zones door ons lichaam. Door in een reflexzone op de handen of voeten te drukken, wordt de energiestroom in de daarmee verbonden lichaamszone in evenwicht gebracht.

Reflexologie bevordert de ontspanning van de spieren en het verwijderen van de bloedvaten, waardoor belemmeringen in de bloedsomloop worden opgeheven. De ongeremde stroom van bloed levert ruimschoots voldoende zuurstof en voedingsstoffen aan alle cellen en transporteert afvalstoffen naar organen die verantwoordelijk zijn voor de uitscheiding ervan.

Reflexologie werkt ook via het zenuwstelsel. Toepassing van stevige druk vermindert verstopping aan de zenuweinden, bevordert de bloedcirculatie in bepaalde gebieden (handen, voeten en oren) en kalmeert gebieden in het hele lichaam die verbonden zijn met de schoongemaakte zenuwen. Ook de koesterende aanwezigheid van de gever draagt bij tot de genezende kracht van reflexologie.

Reflexologie bevordert de energiestroom, de bloedsomloop en de werking van de zenuwen, waarbij het natuurlijke genezingsproces van het lichaam wordt versterkt en het evenwicht wordt hersteld.



### SajasShop.

Gezondheidhangers, NativeArt producten,  
en Kruiden

Tel: 022-3532798 – 06.55985448

[www.sajasshop.nl](http://www.sajasshop.nl)    [info@sajasshop.nl](mailto:info@sajasshop.nl)